

## CORSI PRINCIPIANTI 2018/2019

### PATTINAGGIO BASE + PATTINAGGIO FIGURA BASIC 1 ; BASIC 2 + PERFEZIONAMENTO 1

I CORSI SEGUONO IL PROGRAMMA DIDATTICO GENERALE ED ACCOMPAGNANO LA CRESCITA DELL'ATLETA FINO AI LIVELLI DELLE COMPETIZIONI FEDERALI.

L'ATTIVITA' DELLA SCUOLA SI ARTICOLA SU 3 FASI:

LA 1° FASE DAL 1° OTTOBRE AL 26 OTTOBRE SI EFFETTUA OFF-ICE ; LA 2° FASE DAL 27/10 AL 24/02/19 SULLA PISTA DEL GHIACCIO ; LA 3° FASE DAL 25/02/19 AL 14/06/19 SI EFFETTUA DI NUOVO OFF-ICE. LA 3° FASE SI SVOLGE CON PATTINI IN LINEA IDONEI AL LIVELLO DI PATTINAGGIO RAGGIUNTO E SI EFFETTUA NEGLI STESSI GIORNI, LUOGHI E ORARI DELLA 1° FASE.

L' ATTIVITA DI PREPARAZIONE FISICA SI SVOLGE PRESSO LA PALESTRA ELYSIUM IN VIALE M. FANTI 83/A

**L'ATTIVITA' DELLA SCUOLA E' INTERROTTA PER FESTIVITA' NATALIZIE DAL 24/12/18 AL 06/01/19**

NELLO SCHEMA SONO RIPORTATI I CORSI STANDARD LA CUI COMPOSIZIONE PUO' ESSERE INTEGRATA CON ALTRE ATTIVITA' SELEZIONATE DALLA TABELLA "ATTIVITA' FACOLTATIVE" PER CONFEZIONARE IL CORSO PIU' ADATTO ALLE PROPRIE ESIGENZE

ID	LIVELLO7020	Composiz. corso	Giorni/ sett	Giorni, Orario, Luogo 1° Fase/3° Fase	Giorni, Orario, Luogo 2° fase	Corrisp. €
A1	Pattin. Base - Introduttivo al Pattin Figura liv ingr: princip;	2° Fase 30h P su G;	2		LUN-MERC 16:00-16:55 ; WP2	550
A2	Pattin. Base -Introduttivo al Pattin Figura liv ingr: princip;	2° Fase 30h P su G;	2		LUN-MERC 17:00-17:55 ; WP2	550
A3	Pattin. Base -Introduttivo al Pattin Figura liv ingr: princip;	2° Fase 30h P su G;	2		LUN-: 18:00-18:55 MER: 19:00-19:55; WP2	550
A4	Inizia 27/10/18 - termina 25/02/19 Pattin. Base -Introduttivo al Pattin Figura liv ingr: princip;	25,5 h P su G;	1	NON APPLICAB.	SABATO 09:00-10:30; WP1	500

TABELLA ATTIVITA' FACOLTATIVE

ID	LIVELLO	DESCRIZIONE ATTIVITA'	Giorni/ sett	Giorni, Orario, Luogo	NOTE	Corrisp. €
F1	3° Fase Pattin .figura in Linea -tutti i livelli Periodo di effettuazione : 25/2-13/6/ 19	32h Pattin Figure in Linea inserim nel liv ultima valutazione	2	Come corrispondente livello Fase 1		220
F2	Corso preparaz Fisica dal 1/10-10/03/19 TUTTI I LIVELLI	21h preparazione fisica specifica e postura x pattin. artistico	1	VENERDI'- 1 ORA A scelta dalle 18 alle 21	Posti Limitati	120
F3	Corso prepar.. Fisica dal 10/03 al 14/06/19 TUTTI I LIVELLI	14h preparaz fisica specifica e postura x Pattin. Artistico	1	VENERDI'- 1 ORA A scelta dalle 18 alle 21	Posti Limitati	90